

ជំនួយការណ៍ហេរូមី  
និងជំនួយស្របដៃន  
ត្តាល់ដៃនាថ្ងៃតុ

ក្រសួងការងារសំរាប់  
អ្នកជួលការបែងទំនា



ការិយាល័យអភិវឌ្ឍ  
បាលកិច្ច  
ផ្សេងៗរាជនគន់ និងនិតិវិធី

ក្រសួងសង្គមកិច្ច និងសុខភិបាល  
នៃរដ្ឋរាជីនគោល  
[www.aasa.dshs.wa.gov](http://www.aasa.dshs.wa.gov)



ជំនួយអាល់ហេរូមីរ  
និងជំនួយស្របដៃវ៉ាន  
គ្មានផ្សេងៗទៅតុលាត



ក្បាន់ណែនាំសំរាប់  
អ្នកដឹកជញ្ជូនការបែងចាយ

ការិយាល័យអភិវឌ្ឍ  
បាលកិច្ច  
ផ្តើកជាភាឌន និងទិន្នន័យ

ក្រសួងសាធារណកិច្ច និងសុខភិបាល  
នៃរដ្ឋរាជស្សីនគាន  
[www.aasa.dhs.wa.gov](http://www.aasa.dhs.wa.gov)



# មាតិការរៀង

ទំព័រ

ការពណិនាអំពីដីអាណំប្បូចីរ និងដីស្របជ្រើនត្រូវធានាមេរិត	1
កត្តាជៈរាជរដ្ឋប្រជាធិបតេយ្យ	2
ដីល្អប់ស្សារតិធ្លីជាមេរិត	4
រាជសញ្ញា និងការរាយជាមួយនឹងដីអាណំប្បូចីរ	6
ការពិនិត្យថ្នាក់ប្រជាធិបតេយ្យ និងការព្យាពាល	8
ការផ្តល់ការមិនចែកចាត់ បញ្ហាទុទេដីដែនគេកត់ទេនឹង និង លទ្ធភាពនៃ ដំណោះស្រាយ	10
ការរំណែនាំខេះសំរាប់ដីលើថែទាំអ្នកដែលផ្តល់ការមិនចែកចាត់ទេ	13
ការគិតគុរិចារណភាពឱ្យជូនឯក និងប្រាក់កាស	18
ការបង្កើតផ្តល់ការប្រើប្រាស់ការមិនចែកចាត់ទេ	22
ការបំនើតាមសហគមន៍ និងតាមលំនៅដ្ឋានស្តាក់ជាអ្នកមុន	25
លខទូរសព្ទ និងឈ្មោះការិយាល័យដូចការបំនើតាមលំនៅដ្ឋាន និងសហគមន៍	ក្រុមខាងក្រោម





## ការពណិនាអំពីដឹងអាណល់បែរូមីរ ហេតុយនិង ដឹងស្របដៃវងគ្មាន ផ្សេងៗទៅ

ជាជីវការលំប្អូច (AD) ជាប្រភេទទេរទៀនជីវិតស្ថារតិ (dementia)។ គេតែងតែហៅជីវិត នៃបាន "ជាជីវិតភាពគ្មានតីស្ថាត់ស្មោម" រាយ៉ាបាត់ដល់ប្រជាធិបាទអាមេរិកដែលបានបញ្ជាក់ថា នៅក្នុងអ្នកស្ថានការ មានប្រជាធិបាទប្រចាំណាក់ 100,000 នាក់ដែលមានជាជីវការលំប្អូច។

ពាក្យចា ភាពរដ្ឋុងផ្ទោទ (senility) ឬជាពាក្យដែលមកឱ្យស្ថិតប្រើប្រាស់ការបំពេញសំណាល់ដីនឹងក្នុងស្ថាបី (dementia) នៅ ព្រះពាក្យនៃបញ្ហាកំទូវការរដ្ឋុងដែលត្រូវកែត្រួតពារមានចំពោះមនុស្សចាត់ដួចគាំទាំ និងដី ទូប់ស្ថាបីវិញ្ញុតាមដីដីហើយមានពេលវេលាដែលត្រូវកែត្រួតពារ



## ក្រុមខេះាម៉ាអំពីដឹងអាណល់បែក្សីរ

### ជំនួយភាល់បែក្សីរគឺ:

- ជាប្រើកញ្ញយកធម្មតាលមកពីភាពអនុម័ទយនូវភ្លាមដែលមិនអាចកែចានវិញ (dementia), ដែលទទួលខុសត្រូវនូវលិសពីចំណុចប្រហែល 60 ឆ្នាំសំណុំរហូង នៃជំនួយប៉ែក្សារីតិចាំអស់។
- ជាដឹងធម្មតាលមកពីក្រុមដែលកែចានរបស់ខ្លួន ដែលមានប្រើប្រាស់ជំនួយប៉ែក្សីរគឺ ជំនួយស្អែសរស់សម្រាប់ក្រុមខ្លួន (stroke)។
- ជាប្រើកញ្ញយកធម្មតាលមកពីក្រុមដែលមានការប្រើប្រាស់ជំនួយប៉ែក្សីរគឺ កែចានប្រហែល 10 កាត់យោទេរាលើដីដែលមានអាយុលិសពី 65 ឆ្នាំ ហើយ 45 កាត់យោកែចានប្រើប្រាស់ដែលមានអាយុលិសពី 85 ឆ្នាំ។
- ជាដឹងធម្មតាលមកស្ថាបីដែលមានអ្នកជីថ្មាក់ទៅអ្នកជីថ្មាក់ ហើយពីមួយ ថ្ងៃទៅមួយថ្ងៃចំពោះអ្នកជីថ្មាក់គ្មាន។
- ជាដឹងធម្មតាលមកស្ថាបីដែលកែចានប្រហែល 8 ឆ្នាំចាប់តាំងពីដីមួយកែចានដំបូង ហើយតែតែសំខ្លះសំខ្លាត់។ ពេលដែលអាចការបានស្ថិន ពី 2 ឆ្នាំ ទៅ 20 ឆ្នាំ គឺរាស្តុសងដទៃ ដើម្បីអាយុ និងក្រុមសុខភាពដែលមានការប្រើប្រាស់នៃបុគ្គលម្នាក់។

### ជំនួយភាល់បែក្សីរមិនមែន:

- ភាគក្នុករវៀងដី ឬ “ភាគក្នុក”
- ឲ្យដី
- ជាដឹង “ដីសរស់សម្រាប់ក្រុមខ្លួន” ជំនួយកែចានប្រើប្រាស់ដោយសារការដាក់សរស់សរស់សម្រាប់ក្រុមខ្លួន (stroke)។ ជំនួយសរស់សម្រាប់ក្រុមខ្លួនគឺជាដឹងធម្មតាលមកស្ថាបីដែលបានប្រើប្រាស់នៃបុគ្គលម្នាក់។
- ជាបំណុលក្នុងភាពមិនយល់ប្រើប្រាស់ដែលបានប្រើប្រាស់នៃបុគ្គលម្នាក់ទេ។ អ្នកដែលរដី ក្នុងភាពមិនយល់ប្រើប្រាស់ដែលបានប្រើប្រាស់នៃបុគ្គលម្នាក់ទេ។ ក្នុងភាពមិនយល់ប្រើប្រាស់ដែលបានប្រើប្រាស់នៃបុគ្គលម្នាក់ទេ។
- ជាបំណុលក្នុងភាពមិនយល់ប្រើប្រាស់ដែលបានប្រើប្រាស់នៃបុគ្គលម្នាក់ទេ។ ជំនួយភាល់បែក្សីរ ហើយនិងប្រហែលនៃជំនួយប៉ែក្សារីតិចាំអស់។ ជំនួយប៉ែក្សីរគឺជាដឹងធម្មតាលមកស្ថាបីដែលបានប្រើប្រាស់នៃបុគ្គលម្នាក់។
- ជាលួមបែបណ្តាលមកពីយោចាស់ទេ។ ជំនួយភាល់បែក្សីរ ហើយនិងប្រហែលនៃជំនួយប៉ែក្សារីតិចាំអស់។ ជំនួយភាល់បែក្សីរគឺជាដឹងធម្មតាលមកស្ថាបីដែលបានប្រើប្រាស់នៃបុគ្គលម្នាក់។

## ដើមហេតុនៃនៅដីជី

ដើមហេតុដែលបណ្តាលឡើងកំណើអាណាព់ពេកហូរិភីទីមិនទាន់រកយើងឡើនទៅត្រួយទេ។ រាជាក់ដូចជាជាតិអាស៊ីកូវ៉ែន និងជាតិកិច្ចិយ៉ាងឱ្យគ្រោះក្នុងខ្សោយទាន់ទាន់ទីមួយដែកឯណិតធមីអាណាព់ពេកហូរិភីនេះ។

ការប៉ះជាតិអាសុយុមិនភ្លឺម ហើយនឹងវត្ថុដែលគេប្រើសំរាប់ប៉ះដូច្នេះមានការបញ្ហាក់ថារាប្បៃនៃហេលជាដើមហេតុនៃដីជីនេះ បើទៀតកំសុតាបិន្ទី។ នេះ មិនគាំទ្រឡប់ទ្រីស្តីនេះទេ។

ពួរដើមហេតុកំណើអាណាព់ពេកហូរិភីនេះដែរ ជាតិសែលចំពោះត្រួសារណាការដែលបង្រៀនរបស់គេមានភ័ត៌មិនធមីអាណាព់ពេកហូរិភី។ អ្នកស្រាវជ្រាវបន្ទាន់ធ្វើការសិក្សាអ្នករឿងនេះ និងលទ្ធភាពនៃដើមហេតុ នៃដីជីអាណាព់ពេកហូរិភី។ អ្នកមិនបានបានបានមុខគេដីជីនេះទេ និងបានបានមុខគេដីជីនេះទេ ជានិង្វាន់ស្រាវជ្រាវរបាយនៅមុខគេដីជីនេះទេ ក្នុងប្រទេសដែលកំពុងធ្វើការសិក្សាប្រកែននៃដីជីនេះ។



## ជំនួយប័ណ្ណការពីធេរង់។ទេត

ដីឡូប់ស្ថាកំដាតាពក្សាយទេបញ្ចាំការមិនធ្វើការនៅក្នុងរាជរដ្ឋបាលទៅតាមចំណាំប៉ុន្មានភាគ  
នៃប្រជាធិបតេយ្យ ដីឡូប់ស្ថាកំប្រកួតខ្លួនដូចជាប៉ុន្មានភាគទៅត្រូវបានបង្ហាញ ដីឡូប់ស្ថាកំ  
បានបង្ហាញ ការបង្ហាញប្រជាធិបតេយ្យដីឡូប់ស្ថាកំពីរបានបង្ហាញបានបង្ហាញ ដីឡូប់ស្ថាកំ

## ពហុលកណ្ឌនការសុះសរុបខ្លួន

ដីអំពីក្នុងឱ្យមេនសវែសិរិយាម (Micro-vascular) បូរាណម៉ា ដីដីជាប់សារម៉ោងសវែសិរិយាមចំពោះ (multi-infarct) ជាដីដីសំខាន់ទឹករវៀសលបណ្តុលមួយការឡ្សប់ស្ថានរួមទីនាមចាត់ក្លើមិនបានបន្ទាន់ពីដី ភាគចំពោះហើយ។ ដីឡ្សប់ស្ថានតើនេះបណ្តុលមកពាក្យស្អែសំសែនសវែសិរិយាមគួច។ ក្នុងឱ្យមេនបាន៖ ដែលការស្អែសំសែនសវែសិរិយាមជាអារាបូរិយិនិងភិនិភាម ចំណែកកិនការស្អែសំសែនសវែសិរិយាមគួច។ដីឡ្សប់ស្ថានការស្អែសំសែនសវែសិរិយាមគួច។ ហើយក្នុងឱ្យមេនបាន៖ ជាអ្វីទូទៅប្រការយុទ្ធមានការស្អែសំសែនសវែសិរិយាមគួច។

ເກົດສາງໄດ້ພື້ນມີຄືສຸຂະໜົດຮັບສິນທີ່ສົມບໍ່ຢູ່ກາຕົກ ສີກາສຸ່ສັນເຊີເບີກົດໝູຜິສະລຸງກຸງກຳມາເຮົາ: ຂູ່ຍໍາ ພື້ນເຣະກະຕືກາດໍາລັດຜ້າລັບຮັບໃໝ່ກາທີ່-ຫຼຸ່ມກຸງກາຍ ເນັ້ນການໃຜສະກາບກົດໝູຄໍາດ່າວໜີ້ຫຼຸ່ມາຈາກ ກາງະ-ອີນດີບໍ່ຢູ່ສົມບໍ່ຫຼຸ່ມາທີ່ກາສຸ່ສັນເຊີເບີກົດໝູຜິສະລຸງກຸງກຳມາເຮົາ

រាជធានីជាលទ្ធភាពដែលបុគ្គលម្មាក់អាមេរិកដើម្បីនឹងស្ថាកតិ អភិសុខិតនៃសាធស័យ។ និងដើម្បីរាជការជាលទ្ធភាពដែលបុគ្គលម្មាក់អាមេរិកដើម្បីនឹងស្ថាកតិ អភិសុខិតនៃសាធស័យ។

ដីអាមេរិកបែងចូលសម្រាប់ប្រើប្រាស់ជាអនុវត្តន៍ 60 ភាគរយនៃដីជីថ្យប់ស្ថាកៅទិន្នន័យ ហើយការស្ថិតិសរុបណ្ឌយាម ឱ្យក្រសួងទទួលខុសត្រូវចំនួន 20 ភាគរយ។

ដើមហេតុផ្សាស្តា ឡេក្រដែលបានទូរក្រឹតដំឡើងប្រចាំសប្តាហាត់កិច្ចការនៃក្រសួងពេទ្យ

## ជំនួយប័ណ្ណសារភីដែលអាចកែចាន

បញ្ជាកេណ៍ព្រមទាំងបណ្តុះបណ្តាលស្ថិតនៅក្នុងក្រុងក្រុងរដ្ឋបាល

- ការកែតទុកចូលរួម;
  - ការប្រើប្រាស់ថ្មានប្រើប្រាញមិនត្រូវប្រាកដថាសេស ថ្មានជាប់ការយើង និងអ្វីជូនវិដី;
  - ការប្រើប្រានប្រើប្រាញមិនចូលរួមទៅទំនាក់ទំនង ដោយចេញបញ្ជាផីពីរដ្ឋបណ្តុះតិច ប្លែកចិត្ត ដោយខ្លួនឯង ប្លុទាំងពីរ;
  - ការកសិកដែនដាក់អ៊ូរីធន ដាក់សេសមាន កែត ដីជីឡូអីដីយូរោយរាយ។;
  - ហើយនឹងសម្រាប់នៅក្នុងខ្សោយក្រោលដោយការរេចញ ឈូមាម (កំន្លែងសាប់ខ្សោយក្រោលបែកណុមាមនៅ ខាងក្រោម) ពកសាប់ ប្លុស្សែនការប្បូរីធនក្រោមខ្សោយក្រោល (cerebrospinal) (ការសំប្បូរីធនក្រោមខ្សោយក្រោលក្នុង ខ្សោយក្រោល -hydrocephalus );
  - មានដាក់សំរុច្ចូននៅក្នុងឈូមាម ដូចដាក់នី ទីកន្លែមផ្លូវ;
  - កនី៖ដាក់វិគីម៉ែនយ៉ាងធម៌រ។



អកគ្រឹះតែដីនមួយទៅក្នុងប្រព័ន្ធដែលត្រូវបានស្វែងរកឡើង



## រោគសញ្ញា និងការរាលដាចលនៃជីវិតអាលុប់ហេរូមីរ

ដីដីការលោប់បញ្ជីមិនមានជំណាក់ការឡើតទ្វឹងច្បាស់លាស់ទេ។ ធម្មតា រាយការពុំងិនចយិកា តែមានលំនីងជាប់ ឬផ្លូវរាយការមានការចុំិនចយិការប់ហេស ឬយេះពេលនីងបិតមេរា យុរាងទៅដែន ដែលកែតកដីជីនេះ និងតាត់បង្កើរលទ្ធផាពបែងក្រោមឱ្យគេដោយផ្ទាល់លើវិធីការរាយ ឬស៊ី។

នៅតិចស្ថាបានដើម្បីនេះទៅការទងជាមួយបញ្ហា:

**អក្សរកិច្ចា** — នាក់សញ្ញាអាជាព្យាបាលនូវក្រោស់សំខាន់ដើរដល់ មានភាពនៅប៉ូរេជ្រា  
ភាគចិត្ត ភ្លាក់ពេលយប់ ដើរគូកគ្រាន់ដោ (រឹងរាយ) នៅមិនស្រួល គ្មាន  
សកម្មភាព ប្រទួលភាព ដែល មានភាពមួលឯលសង្ឃឹម សកម្មភាពមិនប្រើបង្ហើ  
ប្រយុទ្ធឌ្មានមិនដោដឹកទីក ហើយមានបញ្ហាក្នុងការបរិគោតភាពរបាយ។

**សកម្មភាព  
ប្រចាំថ្ងៃ —** មានការលើបាតកនិងការដារអេដែលបានធ្វើប៉ុណ្ណោះជាថីនទៅខ្លួនស្ថិតិយោន្ត បុរី  
គ្រឿងប្រជាប់ប្រឹប្រាស់ក្នុងតួអេដែលក្រោមឈានៗ ឬពេលវេលាដីនីនេះ បណ្តុលទូរគ្រប់ជាការលើបាតកដើម្បី  
ទិន្នន័យ ហើយគារការយោបាយមាននិមិត្តធម៌នៃការប្រឡងប្រចាំថ្ងៃ។

ភាសា — កំណើនទេសភាសលំបាតក្នុងភាពរិយាយទាក់ទងភាជាសជាក្នុងភាពនានា ដូចនេះ ប្រព័លមិនចង់ធ្វើតាមភាពរំណាចា មិនភាជារកភាពក្បាហ្វីត្រូវក្នុងភាពរិយាយ មិនចង់ចូលរួមក្នុងភាសឡើងទេ បើយឺល់ទៀតភាសាសរស់របស់ខ្លួន។

ការវិនិច្ឆ័យ— សូវគុណភាពជីវិត្យការងមិបាន ទុកប្រជាប់អុត្តិភីដែលខោល ថាក់សេវានិងទៅក្រាមដូចជាដើម្បី ដាក់ការពួរព្យួរបំអាមេរីក្នុងវារាំង។ ហត្ថលទ្ធផលនៃការវិនិច្ឆ័យធ្លើដូចជាអេក្រកម្មទៅក់ទៅដឹកចិត្តនិងអក្សរកិច្ចាវិនិច្ឆ័យ ដូចជាអ្និសនិសសំលោកបំពាក់មិនសម្រេចបានបានការកាស ប្រពេលរៀលរឿង។

## ការរាលដាច់ដីអាកលប់បែក្រម្យ

សញ្ញាបង្ហាញព្យាយកឃើញដូចតិការក្នុងវាតាំង ជាជិសសអំពីត្រួតការឡើយ។ ការចិត្តចាំអំពីរឿងអគ្គិត កិច្ចិមកយុរិ ធម្មតានេចចាំឆ្នាស់។ ឬគុណនោះ ហាក់មួយជាមានតម្លៃកតិចត្រូច ហើយនឹងការធ្វើឱ កំទិត ហើយមានការយិតយ៉ាងក្នុងការធ្វើឱយកប និងរឿងសុក្រ។ សមាជិកត្រូសារប្រែបែលមិនមាន មិនប្រាកដមានអីខ្លួនប៉ុក ហើយនឹងនោះអាចបំបាត់លុបលាងបញ្ហា ហើយហាក់មួយជាមានសមតុ ភាពរិះសអំពីក្នុងគ្មានិតិកសល់គេឡើតដី។

ការបាត់បង្កើតប្រុកតិតមាន ពេលដែលជិតការទៅការរាលដាច់ឆ្នុំនៅឡើង។ បញ្ហាអំពីការវិនិច្ឆ័យ និងការយល់ដាក់ឆ្នាស់មិនយការចាំប់យើងទិន្នន័យដី។ ហើយបញ្ហាផ្ទុងការនិយាយស្តីអាម រូបាយ ជាក់ស្តីតាមបង្ហាញព្យាយកឃើញដាក់ឆ្នាស់។

លទ្ធភាពនៃការយល់ទូរដើរដែលគោរពស្តីបាន -ស្តាប់យល់ការសន្ននា ឧទាហរណ៍ -ប្រែបែលអាម ប៉ះពាប់បាន។ ការតិតិកដើរដែនការអីដីមុន និងធ្វើសេចក្តីលំនៅមិនយកតិតិកដើរដែលប្រឡងទូទៅ ការលំបាតក។

នៅពេលដែលជិតនេះការទៅការរាលដាច់ឆ្នុំនៅឡើង អ្នកជិតកាលបែក្រម្យមានបង្ហាញនៃភាពពិភាក យ៉ាងដាក់ឆ្នាស់។ អ្នកជិតប្រែបែលមានការរាយដី មួយជាមិនជិតមាត់នៅទីណាមួយ បូមិនជិតម៉ោ។ អ្នកជិតប្រែបែលមិនស្តាល់អ្នកដែលគេប្រាប់ស្តាល់ បូមិនស្តាល់កន្លែងដែលគេប្រាប់ទៅកីមានដីរ។

ការយ៉ាប់យុទ្ធដូករាយការបែងទៅបន្ទាន់ទៅក្នុងនៅឡើង ហើយនឹងនោះគេដឹងទៅក្នុង ហើយត្រូវ ការរួមគេប្រើយកស្តីរដែក្នុងសកម្មភាពនៃការរស់នៅប្រាប់ថ្ងៃខែសំគេ។ លំបាតក្នុងការរលបចំណើ អាហារកំអាមសង្គគិតយិត្យក្រោមទៅក្នុងនៅឡើងដែលនោះ។ ដោយសារការអេសក្នុងភាព ហើយនឹងការ យ៉ាប់យុទ្ធលំបាតក្នុងការរាយ ដីជីហើមស្តីរតែដែលដឹងទៅដីដើម្បីហក្សុដែលបណ្តាលមួយដែននោះស្តាប់។



## ការពិនិត្យបញ្ជីថ្មីប្រមាណដែលការពិនិត្យទាំងអស់

### គឺតែធ្វើរាជការនិងប្រុងប្រយោជន៍

ដែលបានបង្កើតឡើងដើម្បីការពិនិត្យយ៉ាងហ្មត់ចត់  
បញ្ហាលេខ្លួនបានបង្កើតឡើងដើម្បីការប៊ីត់  
ប្រមាណភ័ណ៌បញ្ហាប៊ីត់ នៃ ដឹងដឹកសក៍  
សកិ និងផ្ទរចិត្ត។ ដែលបានបង្កើតឡើង  
ពិនិត្យកៅស្តូណុមាណ៖ណាតែលភេអាប់  
ព្យាល់បានបាន (អាជីវការ) ដឹងជាតា  
ការកៅកទុកប្រឈប់ការប៊ីចុំចំប្លែះ  
លាយក្នុងដែលប្រឈប់បានបានហតុ  
បណ្តុះបញ្ចូនបានប៊ីស្តារតី។ បើដើម  
ហតុ នៅត្រូវបានរកបានប្រឈប់ប្រឈប់  
មកកៅកបានប៊ីចុំបានបានដឹងចុំ  
ដឹងជាកៅកដឹងនូវប៊ីស្តារតីនិងបាន  
ត្រាន់ប៊ីចុំទេ។

ដែលបានបង្កើតឡើងដើម្បីការជាមួយអ្នកដឹង  
និង/គុសារបស់គេដឹងកំណត់  
ដែលបានកៅកទុកបានប៊ីចុំ

បន្ទិចមួនា បុគ្គលិករាលដោលដំឡូនធនូវការប៊ីការប៊ីដែលបានប៊ីត្រូវក្នុងរាង  
ប្រាំមួយខែ បុគ្គលិកលើស។ ប្រើគឺដែកសងមកត្រួតពេលមកតិចរីន្ទោះ។

កៅកបានប៊ីមួនីតែ និងការពិនិត្យដែលនឹងនូវការប៊ីត្រូវក្នុងរាង បុគ្គលិក CAT scan (ការថត X-ray  
ដោយកំពុងខ្សោះ) បុគ្គលិកបានប៊ីដឹងដឹកសក៍នូវការប៊ីដែលបានប៊ីត្រូវក្នុងរាង។ ការពិនិត្យ  
ដឹកសក៍នូវក្នុងប្រាសារនឹងដឹងបានប៊ីដឹកសក៍នូវការប៊ីត្រូវក្នុងរាង ឬដឹងដឹកសក៍នូវការប៊ីត្រូវក្នុងរាង ឬដឹង  
សាប់ដឹងដឹកសក៍នូវការប៊ីត្រូវក្នុងរាង។

គោលអំពីលក្ខណៈរាជដឹងដឹកសក៍ ធម្មតាតីប៊ីត្រូវនៃសំរាប់កំណត់ដែលនូវទីបុណ្ណោះការប៊ីត្រូវបានប៊ីត្រូវ  
បានប៊ីត្រូវបានប៊ីត្រូវបានប៊ីត្រូវ។

បើសិនជាដឹងដឹកសក៍នូវការប៊ីត្រូវបានប៊ីត្រូវ ដឹងដឹកសក៍នូវការប៊ីត្រូវបានប៊ីត្រូវ ឬបុគ្គលិកបានប៊ីត្រូវ  
ព្យាយាយប៊ីត្រូវបានប៊ីត្រូវ។ ការនេះបានប៊ីត្រូវបានប៊ីត្រូវដឹងដឹកសក៍នូវការប៊ីត្រូវបានប៊ីត្រូវ  
មុនអ្នកដឹងដឹកសក៍នូវការប៊ីត្រូវ។ រាជាណចំនួន 80-90 ការប៊ីត្រូវបានប៊ីត្រូវ។

ការពិនិត្យដឹកសក៍អតិសុខទស្សន៍ (microscopic)នៃខ្សោះក្នុងបានប៊ីត្រូវបានប៊ីត្រូវ ឬបុគ្គលិកបានប៊ីត្រូវ  
មុខប៉ុណ្ណោះនៅដែលបានប៊ីត្រូវបានប៊ីត្រូវ។



ပြိုလျင်

សុខភាពទេរ

ເຄາລະບໍດັກເຖິງກວາຈຳນອສົກສຸກຕົກເສີມສູງຕົກຕາ ເທິຍະກວາລູສູກາສູກຕົກຕົກຕາ ອິນໄຈກາຍເຢືອເຮົາເຈ  
ຫລວຮາຊູ່ປະເທົ່າ ພູ້ພູ້ຜູ້ ເພີ້ມາອະເຫຼືອຕາຍ ທາຄົກຕົກຕາ ອິນຕູ້ ດຳເນັດກາທາງເຢືອຕົກຕົກຕາ ເທິຍະກີ  
ຕູ້ເຫຼືອຕົກຕົກຕາ ພູ້ພູ້ຜູ້ ເພີ້ມາອະເຫຼືອຕາຍ ທາຄົກຕົກຕາ ອິນຕູ້ ດຳເນັດກາທາງເຢືອຕົກຕົກຕາ ເທິຍະກີ

## ផ្លូវការធ្វើរក្សាជាមពេជ្ជា

មួលស្សីដែលមានពេជ្ជិតាតបង្ការោងចាំក្រោរការយល់ដឹង និងការខ្លួនឯងដូចជាប្រជាពលរដ្ឋសារ និង ការរំដឹងលើគុណកម្ម។ ដាក់សេសបំបុគ្គលិនទេរាណបានប៉ែកដឹងដីនៅថ្ងៃ។ អ្នកដឹងទូលាយបំស្ថាបានតាក់ប្រើប្រាស់សារ កៅលិសមានការបែងចាំណ្ឌូ បូឌីការដែលគេប្រើប៉ែកដឹងទេនៅក្នុងវារោង កៅលិសមានការបែងចាំណ្ឌូ បូឌីការដែលគេប្រើប៉ែកដឹងទេនៅក្នុងវារោង ការប្រើប្រាស់សារ និងមិនមែនមែន។ ប៉ុន្មោះកៅលិសមានការបែងចាំណ្ឌូ បូឌីការដែលគេប្រើប៉ែកដឹងទេនៅក្នុងវារោង ការប្រើប្រាស់សារ និងមិនមែនមែន។



ការផ្តល់ការមេប់ចំណាំ - បញ្ហានៅដែលត្រូវកែត្រួតពិនិត្យនិងលទ្ធផលនៃការណែនាំសាស្ត្រ

## ព្រមួយសំរាប់ការមេិលថែទាំដោយផ្តាល់

ຜ່າຍເលືດຖາກຕ່າງປະເທດ ອີ້ນສັງລົມບໍລິຫານສູງໝາກໆມາຮອດກົດລົງ ມຸກົກໍ່ຜ່ານເວົາເຖິງວິໄລເຄີດໄຮ້ແລ້ວ  
ຍັກ ແກ້ໄຍກປາກໃຈເສັນຫຼັກຕົກຕົກ ເພື່ອສັງເກົ່າມີ້ນີ້ທີ່ຕາມເວົາເຖິງມາຮອດກົດລົງຍັກ ມັດສູງກີ່ນີ້ທີ່ສູງເກົ່າ  
ອີ້ນສັງລາຍການມີມັດກັ້ນຢ່າງສູງລົດເວົາຕາມກົດລົງ ຫົວໝາກລົມບໍລິຫານຜ່ານເວົາເຖິງວິໄລເຄີດໄຮ້ແລ້ວ  
ສົກລົງກາທີຜ່ານລາຍການ ອີ້ນກົດຫຼັກຕົກຕົກ ເພື່ອສັງເກົ່າມີ້ນີ້ທີ່ຕາມເວົາເຖິງມາຮອດກົດລົງຍັກ

កិច្ចការទិន្នន័យអាមេរិក-ម៊ីណីបាយស្រួលបាន ដើម្បីសង្គមជាការពិនិត្យសេចក្តីសំបុរិភ័ណ្ឌការបាយជាការលំបាតការ ភាពទិន្នន័យ និងភាពមានសណ្ឋាគ្នោះដូចខ្លួន ក្នុងបិយាណាកាសបន្ទូយូរការពិនិត្យបាន។ ការប្រើប្រាស់ដំឡើង ហើយទិន្នន័យស្ថាបន្ទូយសំបុរិភ័ណ្ឌការបានស្ថិតិថ្មី។ ការយល់ទូររាង មួលដើរបស់អ្នកដឹងជាការប្រើប្រាស់ដំឡើង ដើម្បីបានបញ្ជាផ្ទាល់ការប្រើប្រាស់ដំឡើង។ ការអនុវត្តន៍ីលើការប្រើប្រាស់ដំឡើង ហើយទិន្នន័យទាំងនេះបានបញ្ជាផ្ទាល់ការប្រើប្រាស់ដំឡើង។

ជាការសំខាន់ៗណាស់ដែលអ្នកត្រូវចំណាយពេលព្យារាគុណភាពល្អ មាមឃើញអ្នកដីនឹង ការសំណោះសំណាល ផ្តល់ការធ្វើរាយក្តារកំគ្រោ ហើយសរសើរអ្នកដីនឹង ពេលណាលសម្រោះ ដីព្យារាគារសែច សម្រាយ ហើយក្រោរការពិភាក្សាបង្កើតជាមួក។ ត្រូវបាននិងទទួលដឹងថ្មីថ្មីដោយផ្ទាល់ពីការនេះ។ លើសពីនេះទេទៀតិត្រូវបានតែទុកអ្នកដីនឹងប៉ះស្ថាកំចាមិនរូបម្បាក់។

# ចំណួនការមានជីវិតាតិ និងមហាការ

ពិនិត្យមើលលទ្ធផលរបស់ពាក្យវិធានការណ៍ ហើយរាយករណីត្រូវព្យាយោង បុគ្គលិកនឹងការសេដ្ឋកិច្ចទាំងអស់

ମାତ୍ରାମୟ

ជាការសំខាន់ណាស់ក្នុងការយកប៊ូនទេរីកចិត្ត និងសេចក្តីផ្តើមការសំរាប់សិទ្ធិភន្ធនរបស់មនុស្ស ដែលមិនអាចថាំទាញទេពីពាណិជ្ជកម្ម។ ការងួរទឹក និងស្វែកពាក់គ្រឿងឯកសារលីហោះគេ (យកចេញទិន្នន័យកំបាំណាស់រាប់បាក់) បើយើងឱ្យមាននាំចាក់សែលក្នុងវឌ្ឍនភាពនៃប្រជុំ



## ការហាត់ប្រាកេណិយ

## ការលិចខ្លះកំសាន្ត

សំគាល់

ដែលមិនមានសុគិភាព។ មនុស្សដែលមានវិជ្ជាសារតិចិថតុអនុញ្ញាតពូលធម៌បរមេយក ប្រើប្រាស់របៀបផ្តល់ប្រើដោយចារទួតសាន្ត ឬអាបូលដល់កន្លែងទុកកាំតីជាអ្វីយ។

## ការធ្វើត្រួតព័ត៌មានទិន្នន័យ (វន្តរាយ)

រាជធានីថែងទៀតក្នុងខេត្តពោធិ៍ នៅថ្ងៃទី ២៥ ខែមីនា ឆ្នាំ២០១៩ នៅលើការតែងតាំងក្រុក្រាមទី៣ ដោយ  
(ការរៀបចំក្រសួងពេទ្យ សាប់រសល់ នៅខេត្តនឹងប្រចាំក្រុក្រាមហាត់ប្រជាពល)អ្នកអ

## រចនាសម្រាប់គ្រប់គ្រងការងារនៅទីបាន។

ណែនាំដៃនៅក្នុងប្រព័ន្ធដែលមានចំណាំស្ថាបនីរាជការនៅក្នុងប្រព័ន្ធ

ເຕັກກໍາເຖິງໄດ້ຮູບໃຫຍ້ ເພີ່ມຢູ່ບັນຍຸງໂກາເກີ່ມເຊື້ອເຈວະໆ ດັບຜົລກໍາເຊື້ອເກີ່ມຕົວເທິ່ງໄປເບີຣັບແວ  
ຄູ່ເຄົາຫາກໍາເຖິງໄດ້ຮູບໃຫຍ້ ເພີ່ມຢູ່ບັນຍຸງໂກາເກີ່ມເຊື້ອເຈວະໆ ດັບຜົລກໍາເຊື້ອເກີ່ມຕົວເທິ່ງໄປເບີຣັບແວ

ការគេងមិនលក់

សង្គមភាពពេលថ្ងៃ ការហាត់ប្រាកដគ្រប់គ្រាន់ ហើយបើជីវិតនៅពេលយប់ដើម្បីបន្ថូយការភាពទៅប្រចាំឆ្នាំ ពេលដីតុកអាចបញ្ជូប្រួចបានសារសំណែលយប់។ កីឡាដុក ការរំខាន់នោះអាចបណ្តាលមកពី អស់មតិភាពនៃ “នាសីភាព” របស់រុបាយដែលប្រាប់រៀបចំពេលយប់នឹងពេលថ្ងៃ។ កីឡា ករណិតសំខាន់បំផុត ផ្តល់ការបានខ្លះគេច្បាប់បុគ្គិន្តិថ្នាក់ពេលយប់ដើម្បីជួយបន្ថូយនូវការភាពនៅពេលយប់ដើម្បីជួយបន្ថូយនូវការភាពនៅពេលយប់។

ការកែតទកព្យាយ

ការរំដលចិត្ត



ការណែនាំខ្លះ។ សំរាប់ដូយមេលចេទាំងអ្នក  
ដែលជួលការមេលចេទាំងទៅគេ

រាជាណកម្មិនស្ថិតការមិនបានដែលមានជីវិតស្ថិតក្នុងការមិនបានដែលមានជីវិត។ អ្នកផ្តល់ការមិនបានដែលបានទាក់ទងក្នុងការមិនបានដែលមានជីវិត ទាំងពីរគឺជាអ្នកដែលមិនបានដែលមិនបានទាក់ទងក្នុងការមិនបានដែលមានជីវិត។ អ្នកផ្តល់ការមិនបានដែលបានទាក់ទងក្នុងការមិនបានដែលមានជីវិត ទាំងពីរគឺជាអ្នកដែលមិនបានដែលមិនបានទាក់ទងក្នុងការមិនបានដែលមានជីវិត។

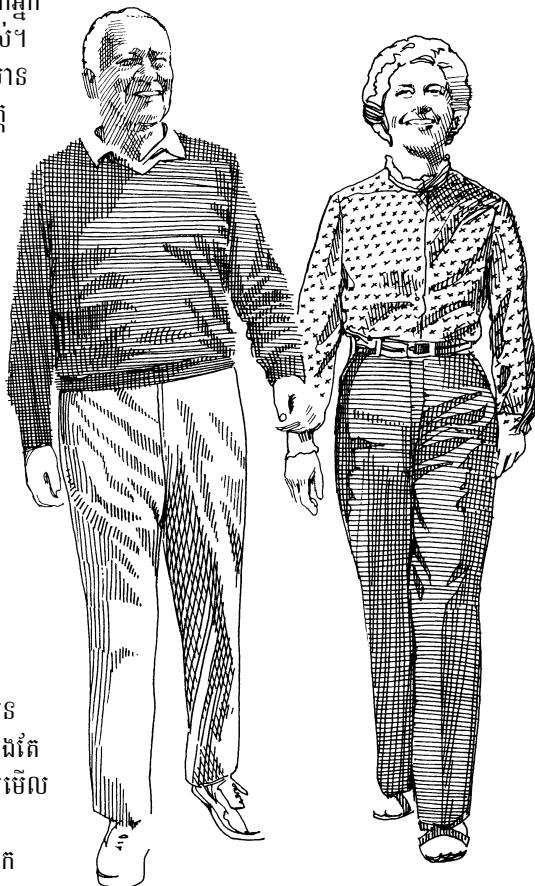
អ្នកសិល្បាហរមិនិច្ចទេសជំនួយដី ព្រៃនុសាស្ត្រមិនបានបានជីឡូប់  
ស្ថាការតិតិនឹងផ្លូវ រាជធម្មាគារ គីឡូទេសលើអ្នកសិល្បាហរមិនិច្ចទេស  
នៃជីឡូយុទ្ធសាស្ត្រ បានទូទាត់ជីឡូយុទ្ធសាស្ត្រទៅទេទេ។ មានប្រភព  
នៃជីឡូយុទ្ធសាស្ត្រ មានជាប្រើប្រាស់ទេ ក្នុងក្រុសរាយដី និងទេរាប្រាប្រុសរាយដី។

ກາຣຍບໍສໍາງກ!

ការលើប់សំរាកដាម្ចាស់ទាំងតីសំណាក់អ្នក  
ជូនតែការថែមយកសំខាន់ណាស់។  
គិតអនុញ្ញាត ឡើងឯកជួលការថែមទៅនោះមាន  
ពេលឃុំ សំរាកទាំងរួចរាល់  
ទិន្នន័យ កំនើនធមួយ និងចិត្ត  
កំនើនធមួយ ការទាំងនេះរាល់  
ខាងសំរាប់សុខភាពរួច ជាមិនធម  
ហការ និងការហកាត់ប្រុណា នៅ  
ហើយម៉ោងឡើតកុងម្រោមភាគ្យា  
និយមដី។

អូរតុលបំការងមិនមែនទាំងទ្វាក់  
សំភាក ឬពាណិជ្ជកម្មបំគ្រាន បុន្តីករាយ  
សញ្ញាយដាមួយចិត្តសំណ្ងាប់រាយបែល  
គោ។ ហើយបិន្ទីថ្មីប្រុងឲ្យខ្ចាំដាច់  
នេះទេឡើត ដើម្បីរក្សារូវសុខ  
ការងារដែលក្នុងការងារ និង  
ផ្លូវការចិត្តគិតជាការយោង និង  
ការបារាំងពីរ។

ការមិនអាចចូលប់បន្ទាន់បង់ ការតេក្ខក្តុក  
គ្មានទីផោ (រឿងរាយ) និងការរំខោនមិន  
អាចដែលបានទាំងនេះ ជាបានពួលតែអីណ៍តែ  
កើតឡើងជាពាណិជ្ជការការកំណើនជាមួយការរេខូល  
រក្សាទននភាព-ពីការតាមមន្ទីរ។  
ហើយដឹងគ្នាថែរកើត ទៀតមួយគ្នាដឹងគ្នាផ្លូវ  
សុលការរំខោនទៅតាមដីដែរ



កេូយទៅនឹងតែជាលម្អិតលុបណ្តាលឡើងក្នុងក្រុងការខើសលែងទៅមិនមានលក្ខភាពចាត់ថែរកិច្ចការបាន  
ដោយខនុវត្ត បុរីដែលប្រើបានគំនិតខ្សោយឡើងតែមួយគំនិត។ ការចាកចេញទៅទិន្នន័យជូនធមួយដីម្នាហាល - ប្រើការ  
"មិនរក្សាទុក្នុងការអនុវត្ត" - បុរីដែលប្រើបានគំនិតឡើងតែមួយគំនិតពី ទាំងអ្នករិះមិនអ្នកទិន្នន័យ  
ទេគឺជាដី។

និគតិចារណការប្រជុំសមាជិកត្រូសា ធម៌តួកតី អ្នកដឹងទាញ សមាគមបុរស ហើយនឹងសហការ ព្រះវិហារ បុមហាវិឡាលូលិយ ហើយនឹងស្ថិតផ្តុកតិចបានបង្ហាក-យិកា ដើម្បីទ្វាខេដឹងយាងមាននៅលីនីនៃសំរាបការមេដល់ថ្មទំន់ខោ ការប្រើពេលសំរាប ធម្មតាប្រាស់រការសេចក្តីផ្លូវៗត្រូងៗ សមាជិកត្រូសា និងអ្នកដឹងទាញដែលទាក់ទងត្រូវបានបង្ហាក-យិករៀបចំឡើងថ្មទំន់ខោ អ្នកទាំងនេះប្រើបាលមិនអាចទទួលស្ថាប់ទូទៅសេចក្តីផ្លូវការបង្ហាការទេដើម្បីបំស្តារកី អ្នកទាំងនេះប្រើបាលមិនអាចទទួលស្ថាប់ទូទៅសេចក្តីផ្លូវការបង្ហាការទេដើម្បីបំស្តារកី កំណើនប្រុបមិនទាន់ទេ។

ជាការប្រសើរ អ្នកតួល់ការធែលក្រុងខ្លួនសម្រាប់បានដោលទីផ្សេវចក្ខុវិថីដែលត្រូវការពិនិត្យក្នុងការប្រគល់ការធែលតាមដឹកជញ្ជូននៃក្រុងការប្រគល់ការធែលដែលបានដោលទីផ្សេវ។

ចូរដឹងលម្អិតមានខាងក្រោមនេះ ទៅធ្វើអ្នកដឹងលការថ្មីទាំងនេះមានសម្រាប់មានប៉ាន្តិភាព

- ເລຂທູສອງສໍາກຳເຫດກາສູງ
  - ຮະຢູບຈາກກົດມູນຄຸດລົບການໃຫຍ່
  - ທີ່ໄຮສູງເຫດຜົນໄດ້ລົບມູນຄຸດລົບການໃຫຍ່ຕີ່ງໆ
  - ການໄດ້ຮັບທີ່ເລີສສາເພີຍງົງເຊີ້ມໃຫຍ່ກົດຕົກກາວ ເພີຍແຮັດເພີຍງົງຕົກຕາມ

ត្រូវមានការសោះត្រូវអំពិបាតាអីមួយ—ពេលយូរ បង្ហាញអីក

មេលរក្សាជីនសត្វ់តែនឹងប្រយោមមុខជា

មួយការលំបាកដែកចូលរឿយាមិនខាន់ទ្វីយ។

## រក្សាយវទំនាក់ទំនងជាតិសេស

អ្នកដឹងលើការទៅទំនាក់ទំនងជាមុនយករបស់គេ។ ពាក្យសារការទទួលខុសត្រូវបែងចែក សំខាន់សំណង់ដែលអ្នកត្រូវសង្គមដោយបានរាយការពីរបស់មនុស្ស។ ត្រូវសារពិនិត្យការងារជាប្រភពនៃការរួមមិត្តភក ដើម្បីបង្កើតរឿងរបស់ប្រជាជាតិ។

ក្រុមជំនាញបណ្តុះបណ្តាលនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា និងក្រសួងពេទ្យ

ក្រុមដៃយប់គ្នាត្រូវបានរំពោលដោយក្រសួងពេទ្យនៅក្នុងក្រសួងពេទ្យ

ការចែងផ្តើមពតមានប្រើប្រាស់អំពីជីវាល់ហូរូមីរ

ເສີມື່ງໄຫຼວ່າ ດັກຕາງໂດເຫຼື່ອນຳ ໂຮງໝໍ ປະບຸກູມທີ່ຜ່ລະຍາກຄາວເກີ່ມື້ນິ້ມຸກໃໝ່  
ຜູ້ຍ່າເໜີລະກູມກັບພື້ນ ອີ່ຈົດຕາຮູ້ລັບຜ່ລະຍານີ້ທີ່ກາເສີມື່ງກິ່ມື້ເຮັດວຽກສະຫຼຸກກາ  
ຮ່ວມເຫັນ ເນັ້ນຍິ່ນຮູ້ຮ່ວມສ່ວນຜ່ລະຍາເຖິງນິ້ມຸກຝ່າຍ່າ ເທິງເສີມື່ງຮອບເປົ້າຜ່ລະຍາ  
ເຜົາ: ປະບຸກູມພາຍໃນຍົງຮ່ວມການກ່ຽວຂ້ອງລາຍການ ພູ້ຍ່າເກົ່າລາຍ ມີຕຸກຕັ້ງ ເທິງເສີມື້ນິ້ມຸກກັບຜ່ລະຍາ  
ຍຸດລ່ວມ ເທິງຮູ້ລັບຜ່ລະຍານີ້ຮູ້ບໍ່ຄູນເກີ່ມື້ ຜູ້ຍ່າເໜີຜ່ອນການລົມບໍ່ຮອດຕັດ ເທິງເຫຼື່ອນຳເປົ້ານິ້ມຸກສູງໃໝ່  
ແມ່ນກັບຜ່ລະຍານີ້ຮູ້ບໍ່ຄູນເກີ່ມື້ ການເຫຼື່ອນຳເປົ້ານິ້ມຸກນີ້ແມ່ນບໍ່ແມ່ນມີມີ້  
ການເຫຼື່ອນຳເປົ້ານິ້ມຸກນີ້ແມ່ນມີມີ້ ເທິງເສີມື້ນິ້ມຸກກັບຜ່ລະຍານີ້ຮູ້ບໍ່ຄູນເກີ່ມື້

កំណត់ថា អាលុយ្យមិនដាក់ដី មិនមែនជាខ្សែកម្មទេ។ ទោះបីជាមានភាពពិចារុកដាក់ពន្លំលំដាក់នីទេនៅអ្នកដីនៃ តែរាយអាលុយ្យគ្របសារ មិត្តភក់ ហើយអ្នកដីខាងដូរ ឬត្រួតពិចារុក បែលអង្គទុកប៉ែន្ទាក់នឹងការរួមចិត្តបែលអង្គង់ការរំខំ។

សមាគមាល់បញ្ជើតិចជាមុនការសូវភាពតាតិស្សគ្រួចគ្រួលបងីជំដាសទៅដែលប្រព័ន្ធនេះ ដើម្បីកេវិត្យរាជាណអ្នកពិភ័យ ដើម្បីកាល់បញ្ជើមា និងដឹងឃើញអ្នកដែលបានទទួលស្នូលណាការាល់បញ្ជើមា ។ សមាគមាល់ការបង្ហាញបញ្ជើមា និងដឹងឃើញបន្ទាល់រាប់អ្នកដែលមានពាក្យនិត្យឃើញនេះទៅនឹងដឹងក្នុងក្រសារបន្ថែមសំពេក ហើយនិងអ្នកតុល់ការបង្ហែលថ្មីក្នុងក្រសារបន្ថែមសំពេក ។

Alzheimer's Association of Western and Central  
Washington State  
1422 N.W. 85th Street  
Seattle, Washington 98117  
206-783-6600 or toll-free 1-800-848-7097

Alzheimer's Association, Eastern Washington Chapter  
North 5125 Market  
Spokane, Washington 99207  
509-483-8456

Alzheimer's Association

919 North Michigan Avenue, Suite 1000

Chicago, Illinois 60611

1-800-272-3900

[www.alz.org](http://www.alz.org) (ពតិមានជាកាសាអេស្ត្រាប្រាំលដងដែរ)

## Alzheimer's Society of Washington

P.O. Box 4104

Bellingham, Washington 98227

360-671-3316

លេខទូរសព្ទតមបង្កើច 1-800-493-3959

រក្សាទីនៃសម្រាប់អភិវឌ្ឍន៍របស់ខ្លួន

អ្នកផ្តល់ការងមចាំឆ្នាំត្រូវគិតពីចាប់ណាមីនាគ្នៅដើម្បីដល់សំខាន់ពីសេសលិចបោះពេះទៅ ចំណោះត្រូសរាយរំលែក និងដន្លឹងដែលមានស្ថានភ័យក្នុងការ។ ស្ថើស្ថែកគ្របាមានបន្ទុកសន្យាដឹងដូចស្ថានភ័យក្នុងការដោយសំរាប់អាជីវកម្មនៃបុរាណភាគ ដែលមិនដឹងថ្មានសំណាក់ណាស់របស់តាមរបស់ពាក្យ (តាមសន្យាជាមិនដែរដើម្បីក្នុងការបង្ហាញបញ្ហាបុរាណដែលមិនរក្សាទុកដាក់ជាការ ដូរាការសន្យាបញ្ហាយដែលត្រូវក្នុងជាមួយតាមរបស់ពាក្យ)។

ប្រហែលជាអាមេរិកចាន់ទេសណាមួយដែលការមិនចែករាយតាមអាណាពាល់ទៅផ្ទាត់នឹងកដធម្មាក់។ គឺជាការប្រើប្រាស់ពេលវេលាសំខាន់សំខាន់។ នៃដូច្នេះការប្រើប្រាស់ពេលវេលាសំខាន់សំខាន់នឹងការធ្វើសេចក្តីសំខាន់សំខាន់។

ការរេចិតថ្លែងក្រោតាមគេហដ្ឋានម្មាក់ប្រព័ន្ធបណ្ឌភាព ជាការរៀបចំសាសនដីលួយ ដើសនិន្ទុក ដែលបាត់បង់ការរេចិតា :

- មិនអាចត្រូវបានមេីលដែលក្បាងដាយមានស្តីសុខទៅក្នុងផ្ទះ បើ
  - ត្រូវការមោទសុខភាពដែលមិនអាចផ្តល់ពេរទេដូច បើ
  - បង្ការឲ្យរាយរុក្សាគារ ដូច ផ្លូវការ ជាកំចាំហោះ ទេនឹងបង្កើតឡើង បើ
  - គិតិនអាចមេីលដែលក្បាងសំបានប៉ុណ្ណោះ និងបង្កើតឡើង បើ
  - វានៅពេលដែលការការណ៍នៃជាតិការពារ ។

## ព័ត៌មានប្រចាំសៀវភៅ

ទីលស្តាប់នូវរសព្ទប្រមាណនៃភាពតារាគិដ ហើយក្នុងដឹងឱ្យរាជ

មនុស្សរាក់រាជីយភបទនេះនឹងភាពតារាន់ដី និងបញ្ហាតាមរយៈបរបស់គេ។ ការរៀបចំបណ្តុះត្រូវពិនិត្យស្ថាបាសា។ រាប់ពេលអារម្មណិតិមិត្តភកចុះពេលនៃខ្លួនខ្លួន។

## អកមិលចេទាំគរពេតស្សនយវសំន្នះ

- តើខ្ញុំមានអាមេរិកណិចនសប្តាយ ឬកើតទូទៅព្រៃយុទ្ធសាស្ត្រដែលខ្ញុំមិនអាចធ្វើការកើតផុចតាម នៃលក្ខណៈគ្មានទៅនៅ?
  - តើខ្ញុំតើងសន្លឹនសំនួរដោយភ្លាក់ដីនខ្លួនពេលយប់ព្រៃយុទ្ធមួយ?
  - តើខ្ញុំចុះទម្រង់បុរាណ?
  - តើខ្ញុំហាក់ដូចជាអារអាមេរិកវា តើបានស្ថិតិត្រូវក្នុងគ្រប់ពេលបុរាណ?
  - តើខ្ញុំមានអាមេរិកដែលដោយទ្រូវកតិថ្នាក់ខ្លួន ហើយនឹងការដាមួយនឹងបញ្ហាបេសល់ខ្លួយ?
  - តើខ្ញុំដឹកប្រើប្រាស់ទេរាប់?
  - តើខ្ញុំបាត់បង្កើនការក្រុតក្រាងនឹងចិត្តបស់ខ្លួយ?

ឯកទេសចរណ៍នៃការបង្កើតរឹងរាល់ជាពេលវេលាដែលមានការបង្កើតរឹងរាល់ដោយប្រើប្រាស់ការបង្កើតរឹងរាល់ដែលបានរាយការណ៍ឡើង

កំហើងទិន្នន័យចុគ្រការតីដឹកជញ្ជូនធម្មតា ពេលណាមាសារាង: មិនបានធ្វើដែល  
មានអក្សរកិច្ចយាតិបាតកដើរការដោយ ។ ចុរោទាក់ទងអង្គភាពរាល់ពេក្រម្មួយ  
ដែលបានចុះទេសទីនៃ 15-16 មានប្រជាធិបតេយ្យដែលអាចដឹង  
មិនក មិនបានធ្វើមានការពិនិត្យតម្លៃសំគេចំពោះស្ថានការណ៍អូម្យយដោយស្ថុតិត  
ទេ: និងមានមុនស្ទើ ក្រោមដោងដែលគេអាចដឹងបាន។



ការគិតគុរពិចារណាអំពីរៀងច្បាប់ និងប្រាក់កាស

ការរេចិលថ្នាំមនុស្សមានដឹងទូទៅស្ថាណត ត្រួវការព្យួម្យានការរៀបចំដើរដែនការចូរាស់លាងស់-ធ្វើបាន  
ភាប់ ហើយជាការរៀបចំវា ជាការសំខាន់ណាស់ក្នុងការរៀបចំដែនការដែលបានក្រោមនឹងមានការ  
ប៉ាំងគីឡូកក្រោកការសេស់អ្នកដីដី ហើយផ្តល់ស្រាវជ្រាវក្រោមនឹងក្នុងឆ្នាំប៉ាំ ពេលណារា  
ប្រមូលមុខជាមួយដីជាមួយនេះ ពេលយុទ្ធសារដីអាចបែកប្រើបាន វានឹងបានជាក្នុងការ យល់ទ្រូវ  
តែម្ចាស់រាប់ខែលថ្នាំដើរដែលជាក្នុងនេះ ពេលយុទ្ធសារដីដី តែត្រួវឱ្យដឹងទូទៅស្ថាណត ដើម្បីដែលអ្នក  
ដីនេះមាន ហើយតើដឹងប្រើបានដី

ប្រភពដែលអាចមានជុលកំព្យូមានរួមទាំង ការធានវារ៉ាប់ង សិន្ទីចិំយសជ្រោះ ដីនយបនៃទីនំសំរាប់ ជនជាតិការ ឬប្រាកំកំព្យូមុំក្នុងអគ្គិភ័យធម៌ ដែនដែលជួយខ្លួន ឬដួយខេត្តប្រាកំចំណាយឱល ថ្វីពេញសំរាប់អ្នកទេរបាយបន្ទុក អាចមានលក្ខណៈសម្រាតិសំរាប់ការសកបន្ទូយប្រាកំផ្នែកនឹងជាមើ។



យុទ្ធសាស្ត្រសិក្សាបច្ចាប់សំរាប់ចាត់ថែងលើការថែទាំសុខភាព

ជនដែលមានសមត្ថភាពក្នុងការគិតគូរបានធ្វើសេចក្តីសំបែកដាម្បូនទូរសព្ទប្រចាំថ្ងៃដែលត្រូវបានក្លែងដោយប្រចាំថ្ងៃ។

សំបុត្របណ្តាបាលសុខភាពពេលនោះទៀត បូឌីណ្ឌា ដែករាំសំរាប់ព្យាបាលសុខភាព - នកសារភាសាអង់គ្លេស៊ែនដែកទាំងអ្នក ក្នុងខណ្ឌពេលដែលមែនជាបានជិតមុខទៅ ទៅមានជិតមុខទៅ និងស្ថាប័នប៉ុងដែលការព្យាបាលនៅថ្ងៃមួយច្បាស់តើមានប៉ែកទាមពេលនៃសេចក្តីស្ថាប័នថ្មីណាម៉ា។ បណ្តាបាលសុខភាពពេលនោះទៀត និងស្ថាប័នប៉ុងដែលក្នុងខណ្ឌពេលនោះទៀត មួយនឹងជិតអនុញ្ញាតពីប្រព័ន្ធបាលសុខភាព។

សំបុត្របណ្តាក់ប្រគល់អំណាចសំរាប់ព្យាពាលុខភាព - ឯកសារគោម្ពេរចូលរួមដែល  
អនុញ្ញាតឡើងដោយពេទ្យពេទ្យដើម្បីលើចិត្តឯករាជទេស្សសំរាប់ជននាមួយដើម្បីរស់មិត្ត  
ភាពក្នុងការធ្វើលើចិត្តសំរាប់ដោយខ្លួនគេ។ លើចិត្តសំរាប់នៅមុខជាការរំភោទដែលក្រោះក្នុងយ  
ពិស់សាត់សំរាប់អ្នកក្នុងការរំចះទាំងដោយមានបញ្ហាកំដោយចិត្តសំរាប់ការ  
ព្យាពាលុខភាព និងការបែងប្រើប្រាស់ម៉ាស៊ីនធិនីត្រូវដៃសុខភាព។ សំបុត្របណ្តាក់នេះអនុញ្ញាតឡើ  
មិត្តភកដើម្បីបង្កើតស្ថាបន្ទូរដែលរំភោទដែលបានបញ្ជាផ្ទាយចាប់បីនូវការ

នឹងដែលប្រតិបត្តិភាពមួយណាដំណើរទៅនេះ (អកដី)អាមេរិកថ្វីប្រចាំបុណ្យណាដំណើរទៅនេះដោយបានក្រប់ពេល។

យុទ្ធសាស្ត្រសំបុរាប់ដើម្បីចាត់ថែងក្រាត់កាស

សំបុត្របណ្តាលប្រគល់អំណើរាល់សំរាប់ព្យាយាយជាលសិទ្ធិភាព - ឯកសារតាមផ្សេងៗនៃទេសចរណ៍  
ហត្ថលេខាដោយបុគ្គលមានសមត្ថភាពហើយប្រគល់អំណើរាល់ទូទៅឡើងចាត់ថ្លឹង កិច្ចការ

ឧែវា បុរាណអស់របស់ប្រគល់ទិន្នន័យ។ សំបុត្របណ្តាលេខេត្តក្បាស់ត្រូវ បិទិតប្រកលប់អំណាចមធ្យតា សំបុត្របណ្តាលំ ប្រកលប់អំណាចសំរាប់ព្យាយាមបានសុខភាពនៅថ្ងៃការចប្បាទិត្យតាមបាននៅថ្ងៃដែលបានបង្កើត ដែលផ្តល់ការងារប្រកលប់អំណាចនេះក្បាយជាមុនមកត្រូវការកំណែរយ។

ភាគីការងារជាក់ដីស (ការពារ) - ត្រូវការងាររដ្ឋដែលបង្ក្រាក់ក្នុងមិនទាន់ទេ និង ណាមួយកំហើយដែលទិន្នន័យការងារនៅអាជីវការត្រូវបានរាយការណ៍រាយក្នុងក្រុមក្រសួង និងបឹក ប្រាក់ដីសអ្នកគិតទូទៅ ដូចជាបុគ្គលិក និងបុគ្គលិក ការងារជាក់ដីស។

ការិយាល័យផ្តុកកុម្ភិនិស្សីខ្មែរសង្គម ការការទាំងរបៀបនេះបានភាគី "តាំងរាយ" ឯកសាធិជ្ជមឺនិត្ត និងសុខាភិបាលនៃរដ្ឋបាសុទ្ធគោនីពុជាក្រុកភាគី "ការពារ" ដាក់ការត្រួតពិនិត្យសម្រាប់អាជីវការអំពីតិចយុទ្ធជន ហើយនិងក្រុម បូក្រុមផ្តុកកុម្ភិនិស្សីនៅក្នុងរាយទេដើម្បានចែងខ្លាងរឿង គ្មាន់ដែរ។ ការទាំងរបៀបនេះធ្វើឡើងជាមួយក្រុមដូចជាបានដឹងទៀត

អាមេរិកបានចាត់ទុកជាគារក្រឹងសនិសម្បយចិត្តក្រាយដីសំគាល់ទីបីណ្ឌភាព។  
អាមេរិកបានចាត់ទុកជាគារក្រឹងសនិសម្បយចិត្តក្រាយដីសំគាល់ទីបីណ្ឌភាព។

ផ្សាយ ដទលោម្ចាក់មួយនេះចាត់ថែងកិច្ចការងីប្រជាក់កាលដាក់សស។ របៀបទាំងនេះទាំងទាំងនឹងនិងធ្វើតារាគារនេះមានផ្ទុចជាការដាក់ក្រោកកំដោយផ្សាល់ ការបង្កិល្បជាក់ជាស្ថីយប្រគល់ទៅតារាគារណា ដែលអាចទទួលបងវិកឃុំប្រគល់មួយតារាគតែ ប្រពុទ្ធម្នកផ្សាយចាត់ថែងបង្កិល្បជាកំដោយប្រគល់បាយ។ កិច្ចការនេះប្រសើរបំផុតសរាប់ម្នកដែលអាចធ្វើការដាក់បានប្រចាំថ្ងៃ ឬទៅត្រូវការងីឡូយបន្ទិចបន្ទិចជាម្នយ ទិន្នន័យចាត់ថែងកិច្ចការរប្រាក់កាល។

អាណាព្យាបាលភាព ត្រូវតែត្រូវចាត់ទុកចាត់ជាការក្រើសបនិសម្បយុទ្ធផ្សាយបង្កិល់តែបីណាងោះ។ អាណាព្យាបាលភាពជាដំណើរការភាពមួយចំនួនដែលអនុញ្ញាតមួយក្នុងម្នាស់ (ប្រអប់ការម្នយ) ធ្វើលេចចិត្តសំខែចិត្តសំបាប់បុគ្គលណាម្នាក់ដែលមិនអាចលេចចិត្តសំខែចិត្តបានដោយខ្លួនគេ



## ការបង្កើតសំរាប់ការមេលដែទាំ

ପ୍ରକାଶକ

ເພື່ອເພີ້ມສັນຕິພາບ ເພີ້ມຄວາມສຸຂະການໃຫຍ່ ແລະ ສຳເນົາ ທີ່ ດີເລີກ ເພີ້ມສັນຕິພາບ ເພີ້ມຄວາມສຸຂະການໃຫຍ່

ពេលណាតេចបានដូចបានមេសចក្តីថ្លម្ពនៃកម្មវិធីហេរួយ កម្មវិធីនេះបង្ហាញថ្មីជាប្រាកំដុំ

### **Part A ផ្លូវបាប័ណ្ណជាតិ**

- ការព្យាពាលដែកពេញជាបាំណុចដែលមិនត្រូវនៅតាមមន្ទីរពេញ មន្ទីរព្យាពាលដែលមានគិតបានុប្បាសក-យិកភាសាត់ដែលបានប្រើប្រាស់នៅក្នុងព្យាពាលតាមមន្ទីរពេញនឹងកិច្ចចិត្ត
  - ការព្យាពាលតាមមន្ទីរពេញ
  - ការព្យាពាលដែកពេញជាបាំណុចដែលមិនត្រូវនៅតាមផ្ទុក:
  - ភាគខ្លះទៀតដែកពេញដែលត្រូវបានយល់ប្រើបាយមួយសំរាប់សម្ងាត់ពេញនឹងដែលវាបានដែកពេញជាបាំណុច។

## **Part B ផ្សេងៗថ្មីសំរាប់:**

- ត្រូវការជាមួយ និងផ្តល់ការបង្រៀនទៅតាមតម្លៃ
  - ផ្តល់ការបង្រៀនការពិសោធន៍ទៅមន្ទីរព្រាសាលាអាគាស
  - ការរើបចិនដែលក្រោមមុខ្ល័ះ
  - ផ្តល់ការបង្រៀនការអនុវត្តន៍របស់ក្រុមកម្មករ

មេខីខេដ

ເພື່ອເຂົ້າມີຜົນດັບຕະຫຼາດກຳມົງກວດທີ່ມີຄວາມສຳເນົາໃຫຍ່ ເພື່ອເຂົ້າມີຜົນດັບຕະຫຼາດກຳມົງກວດທີ່ມີຄວາມສຳເນົາໃຫຍ່

ជាក់តារក្សសំដីយនទោកាបិយាល់ប័ DSHS ផ្តើកការបំណើតាមលំនៅផ្ទាន់ខេត្ត និងសហគមន៍ (HCS) អ្នកមានសិទ្ធិជាក់តារក្សសំដីយនទោកាបិយ់ខែ បុគ្គាសទ្វារសំពួរប្រជាយដ្ឋើតាមសំបុត្រ ហើយទ្វាល់ចំឡើយ ជាតាមលក្ខុអក្សរឹងដៃសេចក្តីសំបើចិត្តភូក្តិរាជធានី 45 ឆ្នាំ។ បើអ្នកទិន្នន័យល្អស្រប តាមសេចក្តីសំបើចិត្ត អក្សរឹងដៃសេរាបាតាពិទិន្នន័យទ្វាល់ដើរីជាប្រព័ន្ធបាន

## លក្ខណៈសម្បែកធំដើរកប្រាក់កាល

ចូរដាក់តារក្បស្សែងសំរាប់ការមនុស្សទិន្នន័យដើម្បីជួយក្រោកការពារិយាលប័យ DHS HCS និងសំអួក ។ ច្បាប់ផែនក្នុងសម្រាប់ក្រោកការសំរាប់ម៉ៅខេដ មានការស្វែគ្រសាយណាស់ ហើយអាច ធានាលើបញ្ជាការាទាមទម្រូវតិចដឹងថ្មីរបស់ក្រោកការពារិយាលប័យ និងសំអួកដី/ប្រព័ន្ធដលសំដើរ ទិន្នន័យ។ ដី/ប្រព័ន្ធអាចក្រោកការពារិយាលប័យ និងសំអួក ដើម្បីស្វែគ្រសាយណាស់ និងសំអួក ។

ការទាន់រូបសង្គមករណ្ឌនេះបានកំណត់ដោយម៉ែនដែលពិភាក្សាហើសបុរីក្រោមផ្លូវការ

តាមច្បាប់ ដៃត្រូវទេរាយកម្មករិយាយព្រាកដំនើងយេខ៊ែនការអេឡិចក្រកាយ: ហេលដីយោរុយបាលទាំង កិច្ចបំណើនៅមីនីរាយ និងកិច្ចបំណើដែកកែច្បាប់ខ្លួន ពីរក្សាសម្បគ្គជាកម្មសិទ្ធិរបស់អ្នក ទទួលបារកដីយោរាយហេលដីលក់ទាំងនេះទៅស្ថាប់ទៅ ។ ដ៏រាជ្យស្ថាប់ទៅ ។ ដ៏រាជ្យស្ថាប់ទៅ ។

- ទ្រពូសម្បតីបស់អ្នកទទួលដិនយ៉ាដែលមានរាយ 55 ឆ្នាំ បុច្ចាស់ជានិស្សវាប័កិច្ចបំណើ មិនបានដឹងពីរាយទេ: ពេលយូវ: កិច្ចបំណើនៅទីនាកូវមិនធ្វើដែនដាក់ការ: កិច្ចបំណើការមិនបាន រក្សាទុកដទៃទូលាយដើម្បីខាងក្រោម សុខភាពមនុស្សដិនសំរាប់ពេលថ្ងៃ និងការណើយកិច្ចបំណើ សុខភាពនិងការបង់បាន បុគ្គលិកកិច្ចបំណើដែលបានរាយក្នុងសហគមន៍ (COPES) ។
  - ទ្រពូសម្បតីបស់អ្នកដែលទទួលកិច្ចបំណើប្រព័ន្ធកំណើនយោបល់ដែលមានរាយ ដូចជា ការបង់បានកិច្ចបំណើនៅទីនាកូវដិនដែលបានរាយក្នុងផ្លូវការ: កិច្ចបំណើនៅទីនាកូវដិនដែលបានរាយក្នុងផ្លូវការ: បុគ្គលិកការមិន សូមដិនសំរាប់ដើម្បីបានរាយក្នុងផ្លូវការ។ ទាំងអស់នេះគឺប្រមូលឃើញ ដោយមិនគឺជាការបង់បានរាយក្នុងផ្លូវការ។

ដើម្បីចាប់ផ្តើមការងារជាមួយអ្នកគ្រប់គ្រងទិន្នន័យនៃការងាររបស់ខ្លួន និងបង្កើតរំភាព និងការងារជាមួយអ្នកគ្រប់គ្រងទិន្នន័យនៃការងាររបស់ខ្លួន និងបង្កើតរំភាព

ដ្ឋានធម៌នចាប់ផ្តើមខ្លួនទានេពីសមាគមកិច្ច នៅក្នុងផែលការរស់នោះខ្លួនប្រកបដូចនេះ បន្ថែមទាំងនេះសំណើជាមាយតិចជាមួយ 21 ឆ្នាំ ហាក់ ឬក្នុងទានេតិកាស ។

## ប្រាក់កំព្យូទ័រដែលសង្គម បុណ្ណោះ/ប្រពន្ធដែលនៅលើ (បានរៀបការមុនពេលអភិវឌ្ឍជន នោះស្ថាប់) អាមេរិកសាស្ត្រភីសំរាប់ទួលបានកំសំណងតាមរយៈក្រសួងការអភិវឌ្ឍជន បច្ចេកដៃ (VA) ។ ហើយចូររាយក្នុងក្រសួងការអភិវឌ្ឍជនដែលទទួលបានរៀបការ ការពួកឱ្យបែលកក្វឹម បុណ្ណោះស្ថាប់ដោយពិភាក្សាទីដែលទាក់ទងនឹងការបំនើ គឺប្រព័លមាន លក្ខណៈសង្គមភីទួលបានកំព្យូទ័រដែលសំរាប់អ្នកនៅក្រមបន្ទុកី និង VA ដើរ។

បើមានការទាក់ទងអ្នកដោយអ្នកដែលបានកំព្យូទ័រដែលសំរាប់អ្នកនៅក្រមបន្ទុកី និង  
តិចមានប្រចើនថែមទៀត។ លខទូរសព្ទដោយតែងតម្លៃ 1-800-562-2308។

## ការធានាការបំនែកសំរាប់ពេលយុវជន

មនុស្សទាំងអស់នឹងធ្វើការពេលយុវជនដែលមានចំណាំការបំនើដែលការបំនើដែលការបំនើ  
ដែលការបំនើដែលការបំនើក្នុងក្រសួងការអភិវឌ្ឍជន សូមទិន្នន័យព្យាប់  
បច្ចេកទេសក្នុងក្រសួងការអភិវឌ្ឍជន និងក្រសួងការអភិវឌ្ឍជន និងក្រសួងការអភិវឌ្ឍជន។



ការបំនើតាមសហគមន៍ និងតាមលំនៅផ្ទាន់ ស្ថាក់ជាប្រព័ម

កំណត់ចំណាំ: សំរាប់ពីមានទាក់សម្រាយ និង លើខ្លួនសំឡុនទាំង សូមទៅដើម្បីប្រព័ន្ធអ្នកដោក [www.aasa.dshs.wa.gov](http://www.aasa.dshs.wa.gov)

## សេវាបញ្ជានទីលជ្ជក្រ

ກາຣີຢາດບໍ່ເພື່ອກກາເບໍ່ແລ້ວຕາມລົ້ນເຮົາຜາຣ ອິຟສະເກັດມັນ (HCS)

ការិយាល័យ HCS នៅរាជធានីភ្នំពេញអ្នកអាជីវកម្មអ្នកចាន ឬអ្នកចុះគិតគូសំណងការតាមនឹង ឱ្យលើថ្វីរក្សាមុនស្តីបានស្ថិតិខ្លួនរក្សាមុននូវសំណងការកំណត់ជាប្រចាំ ប្រចាំឆ្នាំជាដើម។ លេខទូរសព្ទ មានចុះទៅទៅ ក្នុងសេវាឯករាងស្តី ក្នុងថ្វីពេលរឿង រក្សាមុនដាក់ដើម្បី " Washington State Department of Social and Health Services " ក្រោមជាតិក "Senior Services" ឬ "Disabled Services" ឬអ្នកអាជីវកម្មស្តីបានសំរាប់ជ្រើយកសិបង្កែប្រចាំឆ្នាំ 1-800-422-3263 ដើម្បីស្រើកនឹងពិភាក្សាធិញ្ញាបាលិយោទេដិតក្រុងនៃអ្នក។

អ្នកមានវិធានដី៖ ផ្តុកចាត់ថែងសំណុំរឿង និងគិលានូបដ្ឋាក-យិកាមានទិន្នន័យអំពីការបំនើតាមគេហ-  
ដ្ឋាន និងលំនៅបានឯកសារក្នុងធនបាគមខ្លួន គឺដឹងថា ក្នុងបញ្ជីក្រោមនាសងដឹងថាបានបំនើ  
ដែលក្រោរការ ហើយនឹងដឹងថាក្នុងការសំបេចិតុកអំពីការបំនើដីក្រឹមប្រជាធិបតេយ្យត្រូវបានដោរជាផ្លូវតាមត្រូវ។ គេរាយ  
អនុញ្ញាតទូទាត់ ការបំនើតាមដី

ការិយាល័យដែកពិមាន និងជំនួយសំរាប់ព្រឹទ្ធជាម្ញុ

ការិយាល័យដែកពីមីឌី និងជីឡូយសល់បាប់ព្រៃទ្វាចារ្យ(I&A) តាតំនេរពេញក្នុងដែកទាំងមួល ឈ្មោះ ការិយាល័យទាំងនេះត្រូវតែមានរាយការក្នុងសំគាល់ក្នុងសង្គមត្រូវបានរៀបចំឡើង ក្នុងមិចណុយដឹងដី " Senior Citizens. "។ បុគ្គលិកអាជីវកម្មរាល់ពុម្ពកសិរីសាបាប់ជួយ ដោយតកបង្កើត តាមលខ 1-800-422-3263 សាបាប់រកការិយាល័យប៉ុណ្ណោះដល់នៅផិតតិចនៃអ្នក សំនេរ។ ការិយាល័យ I&A ធ្វើការហំនី ប្រជាជនដែលមានអាយុ 60ឆ្នាំ បានស្ថិត

ហគ្គលិក I&A មានការចេះដឹងអំពីការបំពើតាមដ្ឋាន ការបំពើតាមសហគមន៍ និងតាមលំនៅផ្លូវ ស្ថាក់រាជរដ្ឋប្រជាពុទ្ធសាស្ត្រ គឺដឹងអំពីថ្មីលួយលើការបំពើ ហើយដឹងអំពីអ្នកដែលត្រូវរាក់ខ្លួន។ តែ ការចេះដឹងអ្នកត្រូវការបំពើទាំងនេះដោយភ្លាមៗរួមទាំងការបំពើតាមដ្ឋាន ដូចដឹងអ្នកដីទាំងនេះ ហើយជូនរាយក្រឹង អំពីតាមប្រព័ន្ធបានទៅដឹងយ៉ាងណាមួយ។ ចុរាបីក្រុងការកំណត់ឯកសារលើការបំពើតាមដ្ឋាន I&A មួយនេះដឹងអំពីការចេះដឹងអ្នកត្រូវការបំពើតាមដ្ឋាន ស្ថាក់ទៅតាមមនុស្សនិងលក្ខណៈដូចរឿងរាជរដ្ឋប្រជាពុទ្ធសាស្ត្រ ពីការបំពើតាមសហគមន៍ ប្រចាំឆ្នាំទៅការ បំពើជាក្រុមដែលអាចមានទេនតាមលេខគម្រោង។

## ກາງບໍ່ໄຟຟ້າມານດ້າມສະກົດມຽດ

ការបែងជាត្រូវគោលការណ៍សំរាប់មនុស្សដោយចិត្តទានយកថ្មីឱ្យលើ ឬដោយហត្ថភ៌គេម្មោ។ ទូរសព្ទ មកការឲ្យលាងប៉ូធ្លីការបំនឹកតាមលំនៅផ្លូវ ឬទាក់ទងមកការឲ្យលាងប៉ូ ឬ I&A។ តែអាជីវកិច្ច ប្រចាំអ្នកអំពីការបែងជាត្រូវគោលការណ៍ដែលចិត្តយកថ្មីឱ្យលើ ឬទូទៅប្រចាំអំណែក ឬការបែងជាត្រូវគោលការណ៍ដែលមិនមែនការបែងជាត្រូវគោលការណ៍ទេ និងយកថ្មីឱ្យលើ ឬទូទៅប្រចាំអ្នកអំណែក ឬការបែងជាត្រូវគោលការណ៍ដែលមិនមែនការបែងជាត្រូវគោលការណ៍ទេ។

## ការមេណៃក្នុងស្ថាបន្ទូល/ការមេណៃក្នុងសេខភាពមនុស្ស

សកម្មភាពសង្គម វិធីរបាយលាស ការអេប់ផ្លូវកសុខភាព និងមេដលខ្លួនត្រូវមានផ្តល់ផ្តល់ជាក្រុមពេលវ៉ា  
ផ្ទុចជាន់ទៅការម្នាក់វិហារ មន្ទីរមេដលរក្សាជនជករ-ពិការ និងគាមមួយមណ្ឌលសហកម្ម (មិនមែនមាន  
នៅក្នុងសហកម្មទេ)

## ផែកការពារកេង

ការពេទ្យប្រមាណដីឡូតុលាយនៃសេចក្តីព្រៀរការរំលសបុគ្គលុ ហើយនិភាសាការវិចិថិនៃដែលការដើ  
ក្រោះក្បាយនៅការបំផុះ ការពិនិត្យគម្រោងដើម្បីត្រួមដាក់ច្បាស់ចាប់បើពីត្រួមបញ្ជូនផ្តល់ផ្តល់តួតិត្ត។  
ការពិនិត្យដីឡូតុលាយ (អាម៉ែ 60 ត្វូ ច្បាស់ជាង)

## ការមេិលរក្សាស្តីវភាពតាមដ្ឋាន

ការធែលចំណាំសុភាពតាមផ្តៃ៖ (ការតាមមីនិត ការព្យាបាល ការអ្នកលំច្បាំ ការបាត់ប្រាក) ទេរ អនុញ្ញាតដោយផ្តូចបណ្ឌិត ហើយផ្តល់ដោយគឺលាងបង្ហាញ-ឱការ អ្នកឯកទេសផ្ទើកវិថ្មាបាល ឬ ពេទ្យដឹងយា។

## មន្ទីរសំណាក់សង្គម

ការបែងជិត្យកម្មពេទ្យ ការផែលរក្សាតម្ភោះ និងការឱ្យយិរានដំបូងនៃពេទ្យអ្នកដឹងដែលមុខគេនឹងស្ថាប់ ហើយនិងក្រសានរបស់គោះ (មិនថែមមានទៅក្រប់សហគមន៍ទេ)

ពតិមាន និងជំនួយ (អាយុ 60 ឆ្នាំ បច្ចាស់ជាង)

ពីជាមានពិសេស។ អំពីការបំនិតរាប់ព្រឹទ្ធញាមរយៈផែលមាននៅភាគខែគម្ពីរ ហើយដូចរកការបំនិតលើគ្រប់ការងារដែលនៅក្នុងខែគម្ពីរ។

## ការបំនើផ្លូវកដ្ឋិសតិ

ផ្នែកការពេទ្យប្រមាណនៃសេចក្តីក្រការសំរាប់ផ្លូវដីជីសតិ ហើយនឹងការព្យាពលបន្ទាន់អាសន្ន និងការព្យាពលជាមួកដីនូវក្រោ។ សូមអាននៅទាំងពីរប្រព័ន្ធឌីសតិស៊ីវេភាគទូទៅ ក្រោមចំណុចដីជី " Mental Health Services " ឬ " Social Service Organization " ។

# ជំរឿងសម្បលការខ្លួចខាតបន្ទិចបន្ទចតាមដ្ឋាន

ផ្លូវជាបន្ទាន់ បង្កើតឡើង បង្កើតក្នុងបន្ទាន់ដើម្បីការពារសុខភាព និងសុវត្ថភាព។ (មិនមែន  
មាននៅក្នុងបន្ទាន់ទេ)

## ការគេចរក្សាជាល់ខណ្ឌ

លក្ខណៈសម្បគិតសំរែបដោយយោលតាមប្រព័ន្ធកំណុល ដើម្បី និងការបំនឹងក្សាលដែលត្រូវការ។  
មនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធកំណុលប្រចាំខែ អាចទិញការបំនឹងនៃដោយនិងនុបាន ហើយការបំនឹងខ្លះ។ ឡើងតើ  
អាមេរិកតាមកម្មវិធីសម្បគិតគិត។

## ការមេិលរក្សាជ្ឌនសមងមាល

## ម្បែរមណ្ឌលព្រៃខាងក្រោម

ម្បស្សែងណុលក្នុងសហគមន៍ដែលជាកំនើងដែលព្រឹទ្ធភាពរាជរដ្ឋបង្កើតបាន ទូទៅតាមចំណុច ហើយចូលរួមក្នុងសកម្មភាពរៀងរាល់។

កម្មិធិមិលអាហារសំរាប់ព្រឹទ្ធសាច្តា (អាយុ 60 ឆ្នាំ បូចាស់ជាង បូចិច្ច/ប្រពន្ធមាមាយុ 60 ឆ្នាំរហូតដល់)

ចំណុកអាហារមានដីរដាតិ ហើយនិងចំណុកអាហារផ្សេងៗទៅត្រួតមានផ្តល់ផ្តល់ជាប្រុមា បូយកទោផ្សែនផ្តល់ផែលខេញពីផ្លូវការប្រើប្រាស់

## ការដំឡើងវាំតាមយានដំនិះ

ផែលបោនានដីទី៖ ទេមកពិកវិនិច្ឆ័យជូល់ការបំណើដៅកសង្គម កវិនិច្ឆ័យ កវិនិច្ឆ័យជូល់កម្មវិធីចំណុចរាយការ មករាយការណ៍លើក្នុងទីបាត់ ហើយនឹងបានដីទី។

## ការបំនើតាមលំនៅដ្ឋានផែលមាន:

## គេហដ្ឋានសំរាប់និតិជនពិការស្ថាកំអាស្សែយ

ផ្សេខែងការបង្កើតសេវាសំរាប់បង្កើតដែលទាក់ទងនិងការព្យូទ័រភ្នាក់ ហើយគោរពអ្នកបង្កើតសំរាប់បង្កើតក្នុងក្រុងការបង្កើត និងជួយអ្នកចាប់រីករាយនៃបច្ចេកទេស។

## មន្ទីរសំបាលបច្ចុប្បន្នពិភាក្សាសំណាត់ការក្នុងរដ្ឋបាដា (ARC)

ជំនួយដែកការស៊ូន្យា

កម្មវិធីដែលការស់នៅ បានផ្តល់ជាមួយលើសំណង់ ឯករាជ្យមាត្រាល័យ ហើយនឹងការពិនិត្យសំណង់ខ្លួន

## មនីរមិលថែរក្រាលជារ-ពិការ

မန္တရာဆိုလဲသံကျေနင်ပါရ-တိကာ ဒေလာမာရာဘုရားဟံပါနဲ့ကဏ္ဍအေးခြေဖူးကြော်ကျော်ဆာ၊ ဒါနံတာလောင်  
ကဏ္ဍအေးခြေပါမာဘရှိနေရာ ပျော်စွဲလျှပ်စီးမှုကဏ္ဍအေးခြေနှင့် မှတ်ယူနေရန် ပုဂ္ဂန်များ  
ပုဂ္ဂန်များ ပုဂ္ဂန်များ ပုဂ္ဂန်များ ပုဂ္ဂန်များ ပုဂ္ဂန်များ ပုဂ္ဂန်များ ပုဂ္ဂန်များ

ព្រកាយពីពេលសំណាក់ទេតាមនីរមិលថ្លែរក្សាថ្មីជាប្រធានបាន-ពិភាក...

ເບີສັນກາມຕະຫຼາດທ່ານ ມະນຸງປະເທົ່າກໍາພາກເຊື້ອງຫາວຽບໜຸ້ບູລ, ໃຜລາຍລຳເຮົາກູ້ທີ່ສະຫະກົດ ປະເທດລາວເຊື້ອງຫາວ  
ບໍ່ທາງໄດ້ເລັດ ບູ້ທາງບໍ່ເຫັນ, ລູ້ຄະດູລາຍລິຫານໄກເກົ່າຍ້າຍບໍ່ຢ້າ HCS ຄຸ້ມື່ງສຸກ ອີ່ ມູກມາຈຣອກແພີ່ຫຼາຍ  
ເລຂາຊູ້ລາຍລິຫານໄກເກົ່າຍ້າຍງ່າວເຊູ້ລາຍລິຫານ "Government pages – Washington State" ອີ່  
ບູ້ທາງລິຫານໄກເກົ່າຍ້າຍບໍ່ຢ້າ HCS ຄຸ້ມື່ນົດບໍ່ຮ່ວມມື້ງ - ເບີສັນກາມຕະຫຼາດທ່ານ ເກົ່າຍ້າຍ

បញ្ជូលកសិកម្មភីចិនដីគិតាលុបផ្ទាក់-ឃីកការបំផើតាមលំនៅផ្ទាន់និងសហគមន៍ (HCS) ការចូលរួមក្នុងការទាំង្វាយរួមខ្សោយរូបាយដែលព្រមទាំងនេះ:

- ពណិទាមអំពីសិទ្ធិរដ្ឋប្រជាពលការបំផើនិមួយា;
  - បង្កើតផែនការដើម្បីអនុញ្ញាតឈាន់មូលទេរាបន្ថែមក្នុងកិច្ចិកខែលបំផើក្នុងការងារការពាណិជ្ជកម្ម;
  - ធ្វើការជាមួយអ្នកគុណលំការបំនើរដូចជាអ្នកទេរាបន្ថែមក្នុងសហគមន៍; ហើយ
  - ធ្វើការកំណត់ថែលកណ្ឌសម្រាតិ និងឯកសារបំផើដើម្បីការងារការពាណិជ្ជកម្មនៃការងារការពាណិជ្ជកម្ម

## ការលើកលែងនៃប្រាក់ចំណូល

ເບີເຄີຍສັດໃສ່ລາຍສຸກໍາເຕົາເມນີຣີກໍເປີເກົງຜົດຜວກ-ຕິກາງປູບທະບາບຕຽບງົບສູນວິໄລກູ້ພ່າເພື່ອ<sup>1</sup>  
ຕິ່ງໆຢູ່ໃຈ ເຄີຍສັດຮູ້ກູ້ປູກກຳບັດຍຸລຍບໍລ່ວມສ່ວນເຄົາຕະຫຼາກ ເພີ້ງງົບຮູ້ຜົດຜວກ ບັນຫຼຸດຜູ້ລາບປ່າສ່ວນ  
ເຕົາ ຜົດບັດດີຕົກໂຄດເຕີເສລະອົບຕົບບາກໍາດີຮັບຊັກຕົງປູບທະບາບທີ່ນີ້ຕຽບງົບສູນວິໄລເຊົ່າ

ព្រោកវិភាគជនសំរាប់ពេលចេញពីមន្ទីរថ្មីរក្សា

ព្រោកវិភាគផ្លូវសំរាប់ជួយទៅមុនពេលខេត្តធម្ពីនឹងចារក្បាជជួយបានដែលទូរកែកកំនើនសំរាប់នៅទៅ  
ហើយរួចចុះការបំណើដែកលក្ខណៈបញ្ហាប៉ុន្តែការស្វែកនៅតាមមឺនឯកមិនចែករារិលជាការបាន

ເບື້ອງໄຟລົມການໃຫຍ່ ສູນສຸ່ພູກຕາດໍ່ໃຫຍ່ສໍາຄັນຢູ່ກາງທີ່ເປັນຕາມລົ່ງໄຊເວັດຮິພ  
ສະບັບຕໍ່ໆ

ការគ្រប់គ្រង និងការចាប់អារម្មណីផ្សេងៗ...

ເພື່ອມີຄານຕາເກີດໃຫ້ຕົວເລີຍກຽມຕາມຊື້ຮູບເລີຍກຽມຜົນຕາ-ຕົວາ ຕາມເທັນຜູ້ຮັດສຳກຳບໍ່ຮັດ  
ຜົນທີ່ຕົວເສົາກໍ່ມີກໍາງຸມໆຢັ້ງ ບັນດາມະນູນເປົ້າໃຫ້ຜູ້ຮັດຕາແລ້ວສ່ວນເຜົນມາຮັດຕູ້ສິນກຽມຍັງເຖິງ ເກີຍເຮືອໃຈ  
ມະນູນສຳກຳບໍ່ຮັດຜົນທີ່ຕົວາສ່ວນມາກໍ່ກຽມຕາມໂຄງການຮູບແບບທີ່ຜູ້ຮັດສຳກຳບໍ່ຮັດຜົນ  
ຕາມເບີໂທ 1-800-562-6078 ຖ້ອນສູ່ເວັບໄວ້ສູ່ເວັບໄວ້ທີ່ຜູ້ຮັດສຳກຳບໍ່ຮັດຜົນ  
ບ້ອນສູ່ TDD ສຳກຳບໍ່ມີຄູນຫຼັກ ບັນດີເບີໂທ 1-800-737-7931

ឯកសារជាមុនមានថា ទន្លេស្ថាប់អ្នកដែលជាយូរឈ្មោះ, សំខាន់ទៅការិតិសហគមន៍ ប្រព័ន្ធមានប្រព័ន្ធបុរាណដៃថ្ងៃលើក, សូមទូរសព្ទក្នុងទោការិយាល័យ HCS ក្នុងប្រទួល ។ អ្នករាជចកលេខទូរសព្ទទៅក្នុងសេវា កៅឡូស៊ីតុតិត្រីនៃ "Government pages – Washington State" ។ បន្ទាល់ស៊ីតុទោការិយាល័យ HCS ក្នុងគំប់របស់អ្នក - ចូរមើលលើខ្លួនភ៉ែតុទោការប្រចាំខែ ឬក្រោម។

# ***Options: You Have a Choice***

ເບີເລາກຮູບອົບປະມູນ ນັກສາຣະຣະ: ຕ້າງເຮືອເປົ້າເຕະໂທຸມອກງົມ, ອົປ່ມໍ້ພ້າອກງົມ  
ຄໍ່າວ່າບໍ່ມີຊັ້ນງູງຫາກ, ອົປ່ມໍ້ພ້າກາໂຄງກູດ-ເອບ ບູດ້າຈາສຖານຸໂທ, ສູມເມເຖິງ  
ຈັກສັນນິກ Christine Park, P.O Box 45600, Olympiad, WA 98504-  
5600, 1-800-422-3263, TTY 1-800-737-7931.

ពិធានក្នុងការសែតវិធីដៃអូនេះខាងមាយជាពានច្បាស់ដៃនៅទៀត។

ក្នុងសេវាកម្មនេះជាលិតិចំពោះដាយការិយាល័យអភិបាលប័ណ្ណអភិបាលកិច្ចផ្តើមការងារដែលទទួលទៅការងារនៃក្រសួងធនធាននិងក្រសួងការពាណិជ្ជកម្ម។

សមាគមអ្នកជីវាល់ទំបូរិភីនៃគំបងភាកាសាងលិចនិងភាកតកណ្តាលនៃរដ្ឋវាំសុនគោរពសាខាក្នុងរដ្ឋ។  
សាលាអ្នកវិធានៗ នៃសាកលវិទ្យាល័យវាំសុនគោរព  
ហើយនឹង អ្នកវិទ្យាល័យសាកលវិទ្យាល័យខ្មែរបច្ចេកទេរ។

សូមទៅមេលបណ្តាញអីនដោក ...

ចូរមេលកទៅងបណ្តាញអុដិជិនកែតីផ្លូវកកិច្ចបំផើជិនជារា និងនិតិជន សំរាប់លោកស្រីជាជាម្រឿន និងកិច្ចារាងអំពីជនភាពទានារោកដូរបស់អ្នក ។

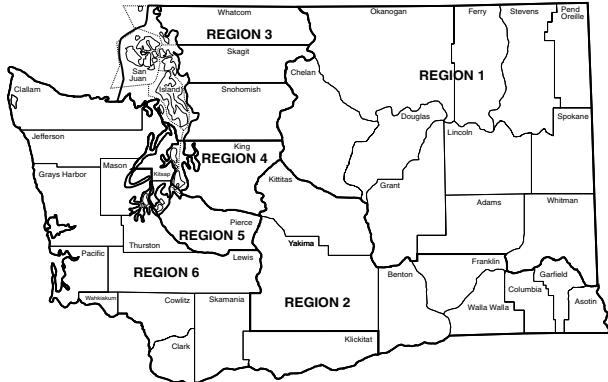
ដើម្បីប្រជែងការសេវានៅទេនេះ ត្រូវបានក្រោលចិមទ្រព្យត្រូវ . . .

ច្បាស់ដើរក្នុងក្រសួងពេទ្យ និងការពារក្នុងក្រសួង DSFS ដោយបានស្វែងរកពីសេវាឌៃការណ៍ លេខពេទ្យ ក្នុងក្រសួង DSFS 22-450(X), និងត្រូវបានស្វែងរកពីដែលអ្នកត្រូវការ ដើម្បី គេចិត្តមានយកចំណុចលទ្ធផលទៅ។

ចំណាំសេរីសេរីសេរីសេរី

Washington State Department of  
Forms and Publications Warehouse  
P.O. Box 45816  
Olympia, WA 98504-5816

បច្ចន់ FAX: (360) 664-0597



## ***Home and Community Services Regional Offices***

- Region 1 Spokane, Grant, Okanogan, Adams, Chelan, Douglas, Ferry, Lincoln, Stevens, Whitman , and Pend Oreille Counties  
**1-800-459-0421**
- Region 2 Yakima, Kittitas, Benton, Franklin, Walla Walla, Columbia, Garfield, and Asotin Counties  
**1-800-822-2097**
- Region 3 Snohomish, Skagit, Island, San Juan, and Whatcom Counties  
**1-800-487-0416**
- Region 4 King County  
**1-800-346-9257**
- Region 5 Pierce and Kitsap Counties  
**1-800-442-5129**
- Region 6 Thurston, Mason, Lewis, Clallam, Jefferson, Grays Harbor, Pacific, Wahkiakum, Cowlitz, Skamania, Klickitat, and Clark Counties  
**1-800-462-4957**

### ***Aging and Adult Services Administration***



P.O. Box 45600  
Olympia, Washington 98504-5600  
Toll-free 1-800-422-3263 or TTY 1-800-737-7931  
[www.aasa.dshs.wa.gov](http://www.aasa.dshs.wa.gov)